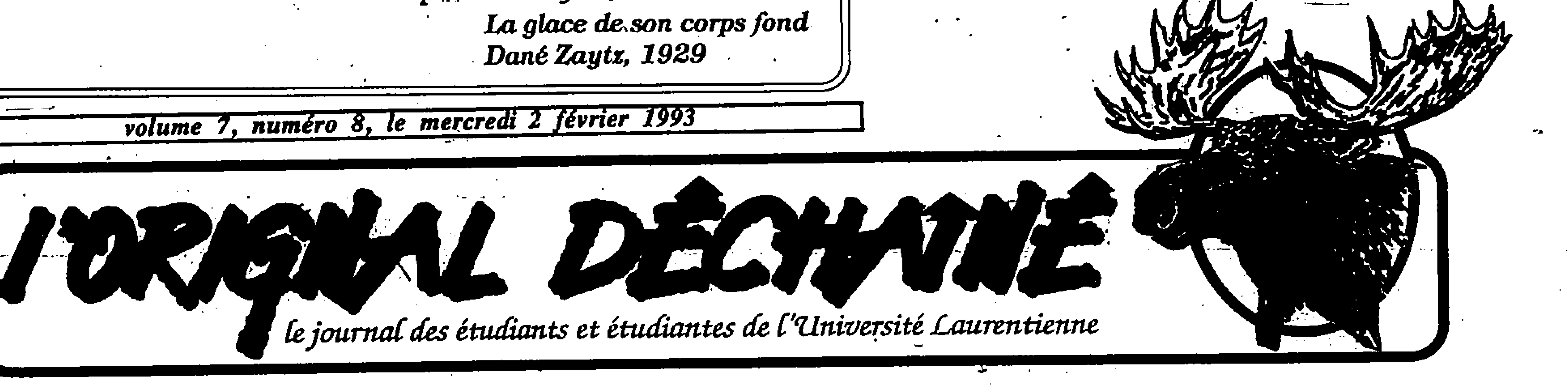
Société canadienne des postes-Envoi de publications canadiennes
Contrat de vente numéro 86-Port de retour garanti

Pensée orignale:

Des caresses de leurs mains ils abattent
les murailles de roc séparant leurs yeux.
La glace de son corps fond
Dané Zaytz, 1929

volume 7, numéro 8, le mercredi 2 février 1993



La Brunante s'annonce flamboyante

Sommaire:

Nancy Boulianne

Cette année, un tout nouveau concours de chanson française fait son apparition en Ontario. Il s'adresse essentiellement aux groupes d'auteurs-compositeurs-interprètes ou interprètes non-professionnels. La Société Radio Canada se veut l'heureuse investigatrice d'un tel concours. Après avoir appris que le spectacle traditionnel de la Brunante présentée par l'organisation de La Nuit sur l'étang serait discontinu dès l'automne 93, la SRC a vu l'opportunité de lancer un second concours (le premier étant le concours pour les solistes: Ontario-Pop), qui cette fois répondrait à une toute autre catégorie: les groupes. Avec l'annonce d'un tel concours, la SRC faisait des heureux à travers l'Ontario français!

Les objectifs de ce concours provincial se résument en quatre points:

1-découvrir, développer de nouveaux talents franco-ontariens et leur servir de tremplin

2-répondre au besoin exprimé par la communauté: de promouvoir et de développer les divers secteurs de la chanson française en Ontario

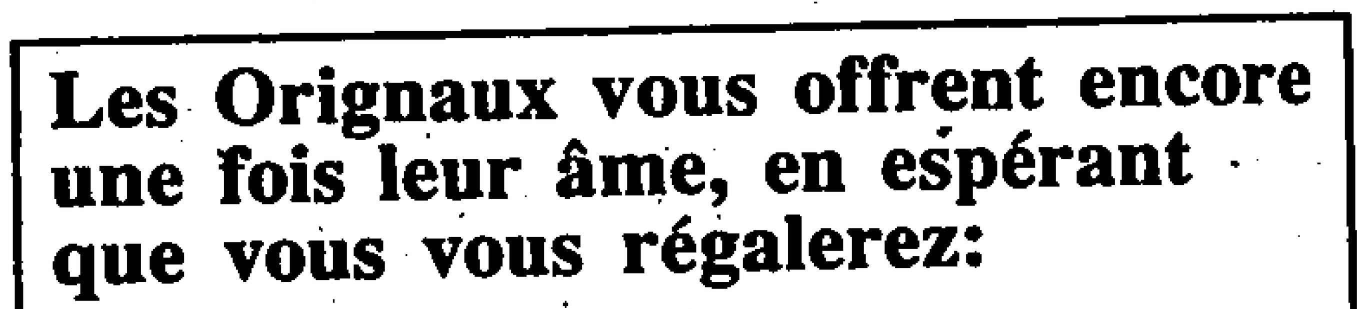
3-encourager l'activité artistique et la recherche de l'excellence

4-permettre aux artistes d'expression française de mieux se connaître et se comprendre, pour mettre en commun leur expérience et développer leur sentiment d'appartenance.

Le 21 janvier dernier, on annonçait officiellement les six groupes finalistes retenus par un jury composé de Robert Paquette (Paquette-Aymar-Demers), de Paul Demers (La Nuit sur l'étang), de Alain Dorion (producteur du show radio) et de Maryse Rastelli (productrice de la SRC à Ottawa). Les six groupes sélectionnés devront participer à un stage de formation donné à Sudbury. «Cette semaine de formation donnera la chance aux finalistes de côtoyer des gens du milieu, de profiter de l'expérience de certains professionnels du domaine musical.», confie Alain Dorion, coordonnateur du concours. Des ateliers de voix, de musique, de performance sur scène, de travail de texte seront dispensés par des personnes comme Clairmont Bouchard (directeur du Franco), François Lamoureux (Brasse-Camarade), Johanne Blodin (percussionniste graduée de l'Université McGill) et de Breen Leboeuf (ex-membre de la formation Offenbach et parrain de l'événement). Dorion insiste sur le fait que la participation de tels modèles au nouveau concours ne pourra que lui valoir succès et crédibilité auprès de la population.

Qui sont ces finalistes?

Six groupes sur treize ont été choisis afin de participer aux ateliers de formation et ainsi avoir la chance de se présenter au public franco-ontarien le 5 mars prochain lors de La Nuit sur l'étang puisque la finale du concours se tiendra durant cette soirée de réjouissances. On retrouve un groupe d'Azilda: *Pleins Feux* (Daniel Boudreau, Martin St-Onge, Alain Benoit, Chris Peplinski); deux de Sudbury: *Cormoran* (Jacques Grylls, Serge Monette, Lorraine Girouard, Carl Woychuck, Mike Brear) et *En bref* (Patrick Laforest, Martin Laforest, Yves Doyon, Shawn Sasyniuk, Marc Couture); un de Pain Court: *Option positive* (Pierre Thomas, Joël Laprise, Wayne Michaud, Michelle Landry, Christine Miller, Carlos Beaupré); un de Val Caron: *Saint-Drome* (Yves Boudreau, Steve Larivière, Marc Serre, Randy Blais) et un dernier de New Liskeard: *Mayhem* (Victor Brault, Raymond Pothier, Martin Gravel).



Les Orignaux vous offrent encore une fois leur âme, en espérant que vous vous régalerez:

Peter (politiquement dangereux) Vere, Marco (Conan de L'Orignal) Dubé, Julie (Les Waltons, c'est pas des tetons) Treix, Brenda (Trapper une grippe ou quoi en fin de semaine?) Dubé, Bruno (Y la regarde respirer avant de l'étouffer) Gaudette, Perry (mélange le hockey pis les poèmes: secret pour avoir la gueule de bois) Rousselle, Lambert (Y a dû brailler en revenant dans notre froid sibérique) Rangira, Johanne (Pour une histoire de coeur, peur du coeur) Turcotte, Derek (politiquement dangereux pour les rédacteurs qui acceptent de le publier) Deluca, Daniel (Y nous a écrit un texte à dernière minute) Lafontaine, Marie-Pier (a comprend toute de suite) Giasson, Mélanie (n'a pu s'empêcher de venir au montage) Doyon, Nancy (c'est plus facile d'épancher sa soif la veille que le lendemain) Boulianne, Tracy (faut pas essayer de comprendre les femmes, qu'a dit) Foucault, Nathalie (Val d'Or nous envoye ses pépites) Drolet, Mireille (L'Orignal fantôme, qui dort pas beaucoup) Ménard, Nathalie (est toute là même si a parle pas fort) Trépanier



Les voici, les voilà!! Ce sont les braves, les téméraires, les originaux, les drôles, les bizarres, les fous et les folles de théâtre. Ils et elles en sont à leur 20e répétition de la nouvelle production francophone de la Laurentienne: *Jeanne Lajoie, la pucelle de Pembroke.* On pourra les voir performer à l'auditorium Alphonse-Raymond, les 9, 10, 11 et 12 mars prochain. Toute la communauté francophone et francophile attend avec intérêt cet unique spectacle.

Pleins droits à la libre expression

Derek Delucca

La «police» du «politically correct» se trouve partout. Tous les politiciens et politiciennes doivent faire attention à ce qu'ils disent et à ce qu'ils et elles pensent sinon, la «police» les trouvera et les punira. Je pensais qu'on était tous et toutes assuré(e)s d'une liberté de parole et de pensée, mais je me suis trompé; la «police» veut nous enlever un de nos droits les plus fondamentaux. Il y a un mois, un professeur à l'Université du Nouveau-Brunswick, Martin Yaqzan, a partagé avec nous son opinion sur le viol. Ses commentaires n'étaient pas très populaires auprès de la «police» et on voulait qu'il soit suspendu.

Vraiment, ceci n'a rien de nouveau; on a déjà interdit des opinions «dangereuses». Il y a vingt ans, au collège St-Mary's aux États-Unis, un professeur a été suspendu à cause de ses opinions. Ce professeur a dit que, dans certains cas, il était acceptable de faire l'amour avant de s'épouser. La raison de sa suspension? On avait peur que son opinion «dangereuse» ait une influence sur le taux d'enfants nés hors des liens du mariage et sur le taux d'avortement. À cette époque-là, si on avait mentionné dans la revue du collège, *Le Journal*, la nécessité de vendre des condoms aux étudiant(e)s, on sait qui aurait perdu son emploi au journal. Évidemment les opinions dites «dangereuses» pourront devenir acceptables, éventuellement.

Mais qu'est-ce que le professeur de l'Université de Moncton a-t-il dit pour enrager la «police»? Il a affirmé qu'une fille qui avait eu des relations sexuelles avec plusieurs garçons ne souffrirait pas autant qu'une fille qui n'avait jamais eu de contact sexuel, si toutes les deux étaient violées. Le professeur n'a pas confiance dans la maîtrise des envies sexuelles des jeunes hommes, ce qui expliquerait les agressions sexuelles. Etes-vous d'accord avec ce qu'il a dit? Je connais des gens qui le sont et d'autres qui ne le sont pas. En ce qui me concerne, ce n'est pas la question que je me pose; je me demande si on devrait attaquer et condamner une personne pour avoir exprimé son opinion. Si l'auteur professe la haîne et suggère que ses lecteurs et lectrices fasse du mal à une personne ou à un groupe etc., je pense qu'on devrait interdire son discours. Mais dans ce cas-ci, je ne suis pas convaincu que le professeur encourage le viol; au *contraire*, je *pense* qu'il essaie de nous faire comprendre, selon lui, pourquoi ça arrive. La «police» s'est trompée dans ce cas-ci.

Le public, et spécialement la «police», devrait analyser et étudier ce qu'il lit avant de critiquer. On ne devrait pas limiter la liberté de parole; ce serait totalement criminel. C'est cette liberté qui nous assure de vivre dans un pays libre et démocratique. En ce qui me concerne, le professeur Yaqzan n'a pas essayé de promouvoir le viol, ce crime épouvantable. Je ne suis pas d'accord avec tout ce qu'il a dit, mais je me trouve contraint de défendre son droit d'exprimer son opinion sans me soucier de ce que la «police» pense.

l'Orignal déchaîné

Rédaction:
Nancy Boulianne
Marco Dubé

Publiciste:
Johanne Turcotte

Trésorier:
Réal Ouellette

L'Orignal déchaîné est le journal des étudiantes et étudiants francophones de l'Université Laurentienne. Il est le véhicule de l'opinion et de la créativité de tous ceux et celles qui veulent s'adresser en français à la communauté laurentienne.
L'Orignal déchaîné publie 1500 copies par numéro. Il est monté à l'aide d'un système d'ordinateurs Macintosh et imprimé par Journal Printing à Sudbury. Il est distribué gratuitement sur le campus de l'Université Laurentienne, en divers points de distribution à Sudbury, ainsi qu'à un nombre croissant d'abonné(e)s.
Tout changement d'adresse, demande d'abonnement ainsi que tout exemplaire non-distribué doivent être envoyés à l'adresse ci-dessous.
La responsabilité des opinions émises appartiennent à l'auteur de l'article. L'édition générale, ainsi que le choix des titres et sous-titres sont réservés au comité de rédaction. Les textes et illustrations publiés dans *l'Orignal déchaîné* peuvent être reproduits avec mention obligatoire de la source.

Le prochain *Orignal déchaîné* sortira des marais

le 16 février 1994

La date de tombée pour les articles et les annonces du prochain numéro est

le 9 février 1994

Les orignaux attendent ta collaboration!

Il y a quelques semaines, le Père Germain Lemieux fêtait ses 80 ans. On le voit ici en compagnie de certaines de ses étudiantes qui trouvent que c'est un véritable exploit que d'enseigner à 80 ans. Félicitations de la part de *l'Orignal déchaîné*, à cet homme qui aura marqué l'Ontario français



Franc-o-forme veut contrer l'assimilation

Perry Rousselle

Aujourd'hui, on parle souvent de l'assimilation des jeunes Franco-Ontarien(ne)s (âgés de 6 à 20 ans) par la culture anglaise (britannique). En effet, voici le résultat de la théorie Darwiniste: «The survival of the fitest». Où se produit cette assimilation des jeunes Franco-Ontarien(ne)s? Peut-on arrêter cette assimilation et comment? Franc-o-forme, organisation francophone, a entrepris de relever le défi.

Tout d'abord, Franc-o-forme est une association francophone, maintenant appuyée financièrement par le ministère de la Culture, du Tourisme et des Loisirs de l'Ontario, qui a vu le jour il y a cinq ans passés, au Nouveau-Brunswick. Sa mission ou son but est: «De rejoindre les jeunes Franco-Ontarien(ne)s et de créer une vie plus active pour eux et en français», dit M. Maurice Régimbal, directeur de l'organisation.

En effet, la plupart des jeunes Franco-Ontarien(ne)s passent 90% de leur temps libre dans des milieux sportifs ou de loisirs, tels que les arènes, les arcades, et ainsi de suite. C'est là que l'assimilation commence. Franc-o-forme vise à créer de tels environnements afin d'arrêter ou de ralentir l'assimilation des jeunes Franco-Ontarien(ne)s.

Et les Franco-Ontarien(ne)s?

Au Québec, il y a les Jeux d'été et le Carnaval d'hiver. Au Nouveau-Brunswick, il y a les Jeux de l'Acadie. En Ontario?

Voilà la question que se pose M. Régimbal dans un article paru dans le journal *Franc-o-forme*. Les Franco-Ontarien(ne)s ne semblent pas se préoccuper de la conservation de la culture francophone chez les plus jeunes. En effet, c'est dès le premier jour d'école que les jeunes commencent à s'intégrer dans l'ensemble. C'est à partir de cet âge que les jeunes développent un sens de culture par l'intermédiaire des chansons, de l'écriture et de l'art.

En effet, Franc-o-forme vise à créer des milieux culturels afin de sensibiliser les Franco-Ontarien(ne)s.

Présentement, «il y a un bon groupe de demandes» dit M. Régimbal lors d'un interview au téléphone. Il semble y avoir une bonne demande auprès de Franc-o-forme mais est-ce la solution afin d'arrêter cette assimilation des jeunes Franco-Ontarien(ne)s?

M. Régimbal avoue que «c'est un moyen comme les autres» et que «le sport est une partie intégrale des jeunes». Cependant, si l'on s'en tient à la théorie de Darwin, il faut dire qu'il n'y a pas de match nul dans ce cas et qu'une seule culture dominera. Qui dominera et quand?

Enfin, Franc-o-forme vise à sensibiliser les jeunes Franco-Ontarien(ne)s, par l'entremise d'une organisation sportive, à la culture francophone. Le résultat est indéterminé parce que l'organisme ne fait que commencer. Mais finira-t-il comme les autres: dans l'échec?

PRATIQUES ÉCOLOGIQUES SUR CAMPUS

L'Université Laurentienne se met au diapason des années 90 en se sensibilisant aux problèmes de l'environnement, donc faites votre propre effort de participation en recyclant ce journal. Le campus recycle maintenant 10% des déchets que nous produisons, d'après le poids actuel des déchets acheminés à la décharge régionale. (Les déchets de l'Université Laurentienne ont dépassé les 400 tonnes *métriques, l'année dernière).*

On est présentement en train de réaliser, à l'intention du personnel et des étudiant(e)s, un vidéo sur le programme de recyclage. Ce vidéo fera valoir le recyclage comme solution possible au problème croissant des déchets, mais aussi que la solution à long terme réside dans la RÉDUCTION des déchets que nous produisons. Les premières étapes du contrôle des déchets sur le campus ont aussi commencé.

Afin de surmonter la crise que représente l'accumulation des déchets, nous devrons faire preuve d'innovation et faire un petit effort supplémentaire. Il est facile de réduire les déchets sur le campus en refusant d'utiliser les récipients jetables en polystyrène ou en papier pour le café et la nourriture consommés à la cafétéria. Utilisez des verres et apportez votre propre gobelet pour le café, la soupe ou le chili. On peut se procurer des gobelets à anse chez Tim Horton ou à la librairie. Achetez vos boissons gazeuses en canettes recyclables (et jetez ces canettes dans les contenants fournis à cet effet). Si vous vivez dans une résidence, achetez les boissons gazeuses et autres produits qui sont vendus dans des contenants en plastique recyclable PET. De plus en plus d'entreprises adoptent le plastique PET, ce qui réduit les risques de casse. La compagnie Coca-Cola est en train de changer ses bouteilles de verre de 300 millilitres pour des bouteilles en plastique PET. Le plastique PET, qu'est-ce que c'est? Vous le saurez la prochaine fois, en lisant le bulletin écolo. À bientôt!

Et pour vous qu'en est-il ?

Qu'est-ce qu'une portion ?

Le tableau des portions du Guide décrit les portions de différents aliments. Ainsi, dans les produits céréaliers, 1 tranche de pain = 1 portion, tandis que 1 bagel, 1 pain pita ou 1 petit pain = 2 portions.

La grosseur des portions dans le groupe Viandes et substituts varie. Par exemple, 1 portion = 50 à 100 grammes (g) de viande, volaille ou poisson. De cette façon 1 portion peut être plus petite pour un enfant et plus grosse pour un adulte.

Le Guide alimentaire propose deux systèmes de mesures : métrique et domestique. En effet, vous achetez et préparez les aliments en utilisant l'un ou l'autre de ces systèmes.

Cochez vos choix alimentaires d'une journée dans la grille ci-dessous. Le tableau des portions du Guide alimentaire vous donnera une idée de ce qu'est une portion pour chacun des groupes alimentaires. Vous pouvez reproduire cette grille. Vous pourrez alors suivre l'évolution de vos habitudes.

ALIMENTS

Produits céréaliers

Légumes et fruits

Produits laitiers

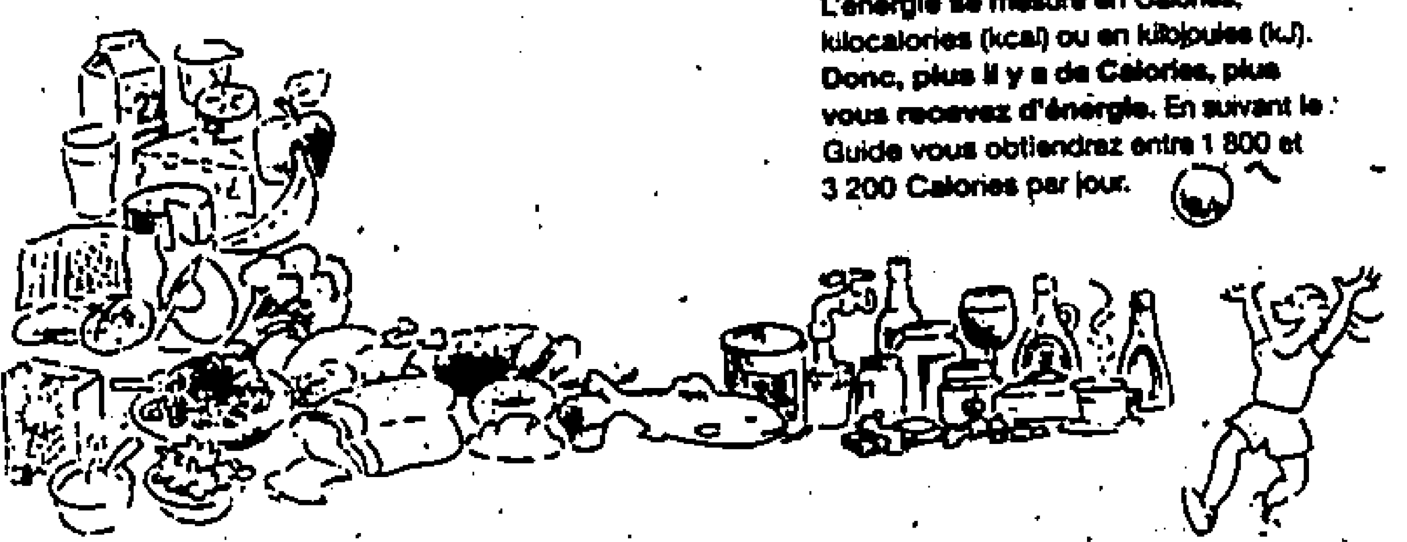
Viandes et substituts

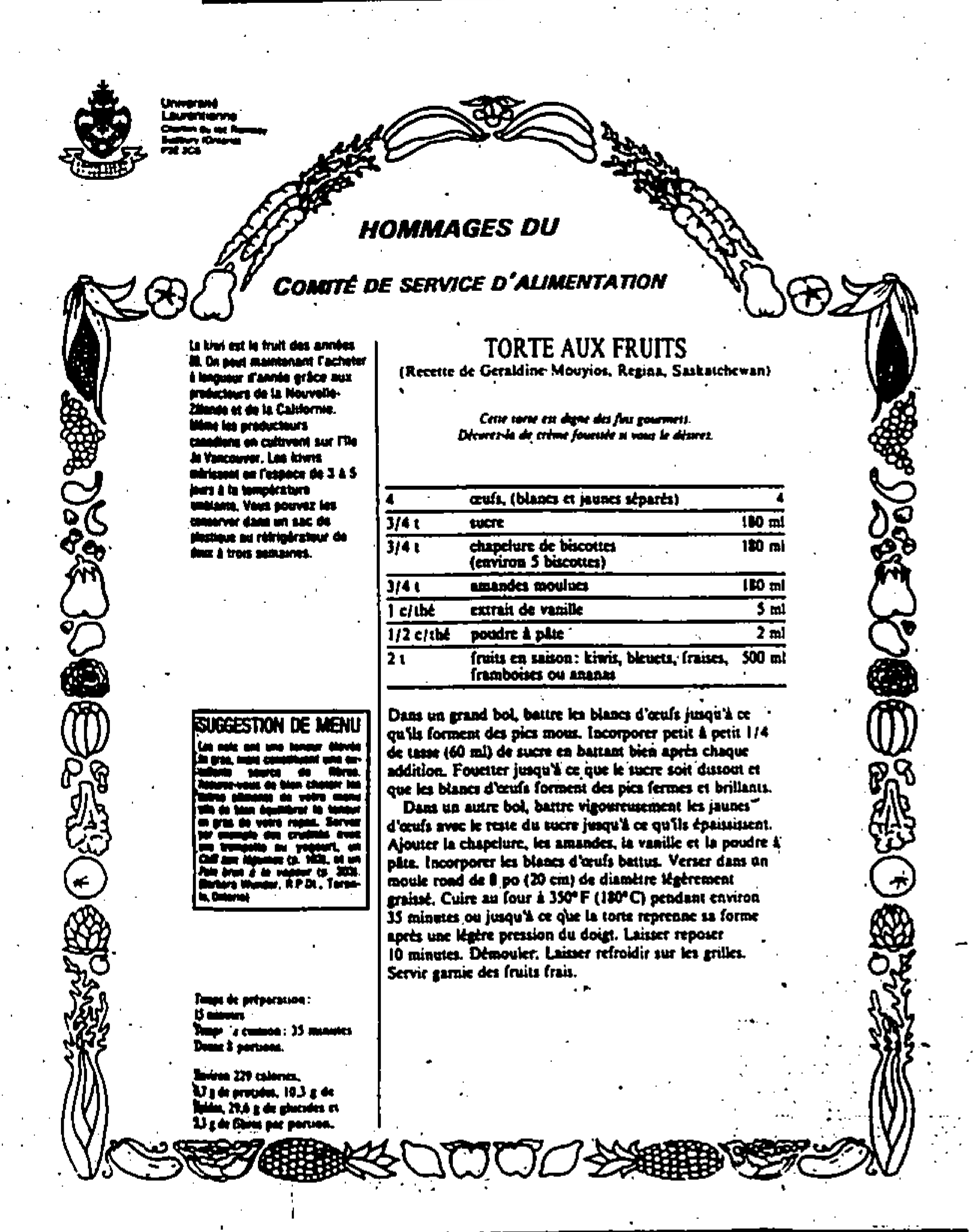
Autres aliments

Si vous ne mangez pas beaucoup, il est important de choisir vos aliments avec soin. Par exemple, les femmes devraient choisir des aliments riches en fer comme la viande de boeuf ou de gibier, les céréales à grains entiers ou enrichies et les légumineuses. Fiez-vous à ce que dit l'arc-en-ciel du guide pour bien faire vos choix. Si vous mangez en petite quantité et que vous avez faim ou que vous perdez du poids, vous devriez peut-être augmenter le nombre de portions que vous prenez dans les quatre groupes ou ajouter d'autres aliments.

Énergie = Calories

Les aliments fournissent de l'énergie. L'énergie se mesure en Calories, kilocalories (kcal) ou en kilojoules (kJ). Donc, plus il y a de Calories, plus vous recevez d'énergie. En suivant le Guide vous obtiendrez entre 1 800 et 3 200 Calories par jour.





HOMMAGES DU

COMITÉ DE SERVICE D'ALIMENTATION

Le kiwi est le fruit des années 80. On peut maintenant l'acheter à longueur d'année grâce aux producteurs de la Nouvelle-Zélande et de la Californie. Même les producteurs canadiens en cultivent sur l'île de Vancouver. Les kiwis mûrissent en l'espace de 3 à 5 jours à la température ambiante. Vous pouvez les conserver dans un sac de plastique au réfrigérateur de deux à trois semaines.

SUGGESTION DE MENU

TORTE AUX FRUITS

(Recette de Geraldine Mouyios, Regina, Saskatchewan)

Cette torte est digne des fins gourmets. Décorez-la de crème fouettée si vous le désirez.

4	œufs, (blancs et jaunes séparés)	4
3/4 t	sucre	180 ml
3/4 t	chapelure de biscottes (environ 5 biscottes)	180 ml
3/4 t	amandes moulues	180 ml
1 c/thé	extrait de vanille	5 ml
1/2 c/thé	poudre à pâte	2 ml
2 t	fruits en saison: kiwis, bleuets, fraises, framboises ou ananas	500 ml

Dans un grand bol, battre les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils forment des pics mous. Incorporer petit à petit 1/4 de tasse (60 ml) de sucre en battant bien après chaque addition. Fouetter jusqu'à ce que le sucre soit dissout et que les blancs d'œufs forment des pics fermes et brillants.

Dans un autre bol, battre vigoureusement les jaunes d'œufs avec le reste du sucre jusqu'à ce qu'ils épaississent. Ajouter la chapelure, les amandes, la vanille et la poudre à pâte. Incorporer les blancs d'œufs battus. Verser dans un moule rond de 8 po (20 cm) de diamètre légèrement graissé. Cuire au four à 350°F (180°C) pendant environ 35 minutes ou jusqu'à ce que la torte reprenne sa forme après une légère pression du doigt. Laisser reposer 10 minutes. Démouler. Laisser refroidir sur les grilles. Servir garnie des fruits frais.

Temps de préparation : 15 minutes
Temps de cuisson : 35 minutes
Donne 8 portions.

La cardiopathie, meurtrier #1

Johanne Turcotte

En survolant le rapport du médecin hygiéniste en chef de l'Ontario, Richard Schabas, j'ai été frappée par la découverte que j'y ai faite. Son rapport cherche à promouvoir la santé cardio-vasculaire. Il nous dit que les principales causes de décès en Ontario, de nos jours, sont les accidents de la route, les accidents cérébro-vasculaires, le cancer et la cardiopathie ischémique.

J'ai été très surprise en apprenant que la cardiopathie ischémique est la principale cause de décès en Ontario. Mais qu'elle est cette bébite affreuse qui dévore une grande partie de notre population? Il s'agit d'une maladie touchant les artères coronaires: celles qui apportent le sang au cerveau. Cette maladie est plutôt complexe. Mais dans la plupart des cas, les artères coronaires sont rétrécies par des plaques ou des dépôts de cholestérol. On appelle ce problème le durcissement des artères. Les parois des vaisseaux sanguins peuvent également subir des spasmes ou de soudaines contractions. Le sang risque ainsi de s'épaissir et le muscle cardiaque a donc à travailler plus fort. Tout ceci fait en sorte que le flux de sang amené au muscle cardiaque est insuffisant, ce qui le prive donc du sang oxygéné dont il a besoin. Il en résulte des douleurs thoraciques appelées angine de poitrine. Si le flux sanguin n'est pas rétabli, une partie du muscle cardiaque peut être endommagée. Il survient un infarctus du myocarde, plus communément appelé une crise cardiaque.

C'est donc la cardiopathie ischémique qui tue près de 20 000 personnes par année, en Ontario. Elle fait plus de morts que les accidents de la route ou n'importe quelle forme de cancer. Cette maladie ne touche pas que les personnes âgées, mais toute personne étant dans la fleur de l'âge. Elle touche autant les hommes que les femmes. Et la cause profonde de ce fléau est étroitement liée à notre style de vie moderne.

Voyons plus spécifiquement les causes de la cardiopathie ischémique. Le tabagisme, la tension artérielle, le cholestérol, le niveau d'activité physique, le poids, l'hérédité, le diabète et le stress sont les facteurs qu'il faut surveiller. Le tabagisme tue plus de 13 000 résidents de l'Ontario et 6 000 de ces décès sont liés à la cardiopathie ischémique. Un plus grand nombre de personnes meurent de cette maladie à cause du tabagisme, que du cancer du poumon, lui aussi causé par le tabagisme.

La tension artérielle joue un grand rôle dans la cardiopathie ischémique. Tout comme l'eau qui coule dans un tuyau, le sang coule dans nos artères en créant une pression centrifuge sur les parois. La science a démontré qu'il y a une relation entre la pression artérielle et la cardiopathie ischémique. Toute personne ayant une pression artérielle normale est exposée à certains risques. Mais les risques sont plus élevés chez les personnes qui font de l'hypertension, c'est-à-dire que leur pression artérielle est élevée.

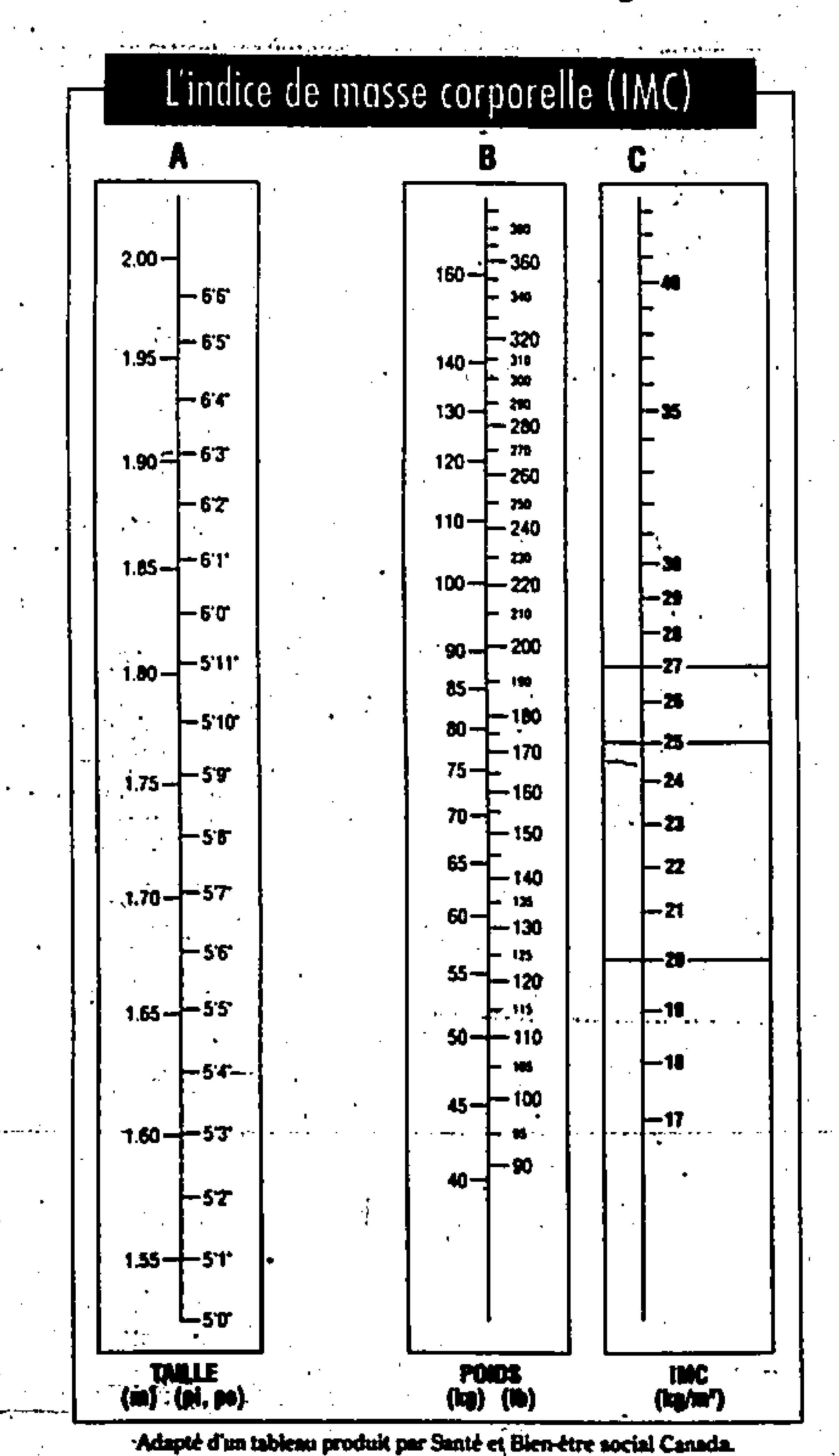
Le cholestérol n'est pas à négliger non plus. On sait qu'il produit des plaques ou des dépôts qui s'accumulent sur les parois des artères rétrécissant donc le passage au sang. Les risques de cardiopathie ischémique augmentent en fonction du taux de cholestérol. On sait que pour aider à combattre ce dernier, l'activité physique est un bon allié. Elle aide également à stabiliser la tension artérielle et le poids. Presque quatre adultes sur dix en Ontario sont sédentaires. C'est-à-dire qu'ils font de l'activité physique moins d'une fois par semaine. On retire des avantages réels en faisant de l'exercice à raison de trois fois par semaine. Être en bonne forme physique aide à prévenir la cardiopathie ischémique. Le poids est, comme on l'a déjà vu, un facteur étroitement lié au risque de cardiopathie ischémique. Les recherches démontrent que l'augmentation du poids peut entraîner une hausse de la pression artérielle et du taux de cholestérol. De plus, les personnes faisant de l'embonpoint sont généralement en moins bonne forme physique. Sans compter que l'embonpoint crée d'autres problèmes de santé tels que le diabète et l'arthrose. Il est donc à notre avantage de contrôler notre poids. L'indice de masse corporelle (IMC) est une mesure se basant sur notre poids et notre taille pour nous aider à déterminer notre poids-santé.

L'hérédité joue un rôle évident dans cette maladie. Les risques sont plus élevés si on retrouve des cas de cardiopathie ischémique à l'intérieur d'une même famille. Mais il ne faut pas confondre l'influence génétique et les caractéristiques du style de vie des membres de la famille. Même si certaines personnes ont un bagage génétique semblable, les degrés de risques diffèrent selon leur style de vie individuel.

Les possibilités de cardiopathie ischémique augmentent chez les personnes atteintes du diabète surtout s'il est combiné avec d'autres facteurs. C'est pour cela que les diabétiques doivent contrôler leur pression artérielle, éviter de fumer, avoir une alimentation saine et surveiller leur poids.

Quant au stress, on sait qu'il peut avoir un lien avec la cardiopathie ischémique mais les connaissances scientifiques à ce sujet sont plutôt limitées. Tout d'abord, il est dur de définir le stress. De plus, on sait qu'il influe sur d'autres facteurs comme le tabagisme, l'alimentation et la consommation d'alcool.

Donc, pour mettre toutes les chances de notre côté, il est impératif que nous prenions de bonnes habitudes de vie tandis que nous sommes jeunes et en bonne santé. Surveillons notre alimentation en nous basant sur le guide alimentaire. Il n'est pas plus difficile et combien plus sain de bien se nourrir. Surveiller notre cholestérol pour ne pas avoir de mauvaises surprises plus tard serait un geste prudent. Et surtout faire de l'exercice physique régulièrement. Le fait que l'activité physique peut-nous aider à mieux nous sentir dans notre peau et réduire le stress, n'est pas à négliger. Le dicton dit «un esprit sain dans un corps sain». C'est à nous d'y voir. Il ne faut surtout pas croire que la cardiopathie ischémique ne nous regarde pas parce que nous sommes jeunes et beaux! Il faut être conscient des dangers et prévenir ce fléau si nous ne voulons pas faire partie des statistiques plus tard. Vivez bien et mangez bien. Telle devrait être notre devise!



Adapté d'un tableau produit par Santé et Bien-être social Canada.

Comment déterminer votre IMC (Indice de masse corporelle)

- Faites un X sur la ligne indiquant votre taille sur l'échelle A;
- Faites un X sur la ligne indiquant votre poids sur l'échelle B;
- Reliez les deux X par une ligne droite;
- Continuez la ligne jusqu'à l'échelle C.

Votre indice de masse corporelle correspond au point indiqué par la ligne sur l'échelle C.

GUIDE DE VOTRE IMC

IMC inférieur à 20
Un IMC inférieur à 20 peut causer des problèmes de santé chez certaines personnes.

IMC entre 20 et 25
Il s'agit de la zone de poids-santé de la plupart des gens. Si vous êtes dans cette zone et faites attention à votre alimentation, vous n'aurez aucun problème de poids.

IMC entre 25 et 27
Si l'indice est dans cette zone, il faut surveiller son poids. Même s'il est acceptable, un indice situé entre 25 et 27 peut causer des problèmes de santé chez certaines personnes.

IMC supérieur à 27
Plus l'IMC dépasse 27, plus on risque de souffrir de problèmes de santé.

Juste pour rire est de retour

Marco Dubé

Vous avez assisté aux auditions Juste pour rire l'an passé? Réjouissez-vous, les auditions seront de retour à l'Université Laurentienne le 12 mars prochain. Et l'AEF vous invite à y participer!

Vous devez remettre votre fiche d'inscription, que vous trouverez au bureau de l'AEF, avant le 28 février 1994. La veille de l'événement, on vous convoquera pour une pré-audition. Un nombre restreint de participant(e)s seront retenu(e)s pour présenter leur spectacle aux centaines de spectateurs qui s'entasseront dans l'auditorium Fraser.

L'an passé, des participant(e)s d'un peu partout en province s'étaient inscrit(e)s aux auditions Juste pour rire de l'Université Laurentienne. On avait alors rempli l'auditorium de l'École des sciences de l'éducation et tous et toutes, participant(e)s comme spectateurs et spectatrices, s'étaient bien amusé(e)s.

Fait à noter, Sudbury est la seule ville hors Québec qui présentera les auditions Juste pour rire cette année. L'équipe de Luc Lalonde, qui avait organisé le festival à l'Université Laurentienne l'an passé, a remporté un prix en tant que meilleure organisatrice des auditions régionale Juste pour rire.

Alors, que vous soyez participant(e) ou simple spectateur ou spectatrice, attachez vos tuques avec de la broche parce qu'on promet de vous faire rire!

Le Carrefour francophone présente

Les Hardis moussaillons

le jeudi 10 février, à 20h00
à la Salle d'urgence
Venez secouer votre pêteux!
4.00$ pour les membres de l'AEF
Venez voir ce groupe qui présentera sa musique enivrante sur la scène de *la Nuit sur l'étang!*

ÉLECTIONS À L'AEF

Les élections du Grand Conseil de l'AEF 1994-95 auront lieu le lundi 1er mars et le mardi 2 mars.

Les postes suivants sont disponibles:
- **Président(e)**
- **Vicé-président(e)**
- **Animateur(trice) socio-culturel(le)**
- **Publiciste**
- **Sénateur universitaire**
- **Représentants**
  - **Écoles professionnelles**
  - **Humanités**
  - **Sciences**
  - **Sciences sociales**
  - **Hors-campus**
  - **Résidences**

La période de mise en candidature débute le lundi 14 février 1994 et se termine le mardi 22 février 1994. Les formules de candidature sont disponibles au bureau de l'AEF au SCE-202, Centre étudiant, Université Laurentienne, de 9h30 à 14h30.
Le président d'élections sera bientôt choisi par le Grand Conseil. Pour plus d'information, communiquez avec Daniel Charbonneau au 673-6557.

Un Orignal revient d'Afrique

Lambert Rangira

Après les examens de décembre 1993, j'ai plié bagage pour le Sud, en Afrique, plus précisément au Kenya. Nairobi et Mombasa, respectivement capitale et 2e grande ville de ce pays, constituaient ma destination.

L'avion de la compagnie britannique s'est posé en douceur à l'aéroport international de Nairobi, après 16 heures de vol. Bien que fatigué, j'étais plein d'allégresse à l'idée de la chaleur douce sur ma peau et l'entourage familial et social des plus chaleureux, sans oublier la merveilleuse nature de l'Afrique de l'est.

J'ai trouvé la ville de Nairobi toujours attrayante de par ses parcs publics verdoyants à gazon bien tondu, ses grands édifices très modernes au milieu d'arbres. Avec la famille et les ami(e)s, nous avons visité les musées, fait de la natation et dansé à la belle étoile.

De Nairobi à Mombasa (ville située sur la côte de l'Océan Indien), comme toujours et comme si c'était la première fois, j'étais émerveillé par la beauté par cet espace physique. Par train, on a traversé le Parc National Tsavo, paysage plat et vert qui s'étend jusqu'à l'horizon. Comme dans un conte de fée, des gazelles, des girafes, des zèbres et des autruches dans leur milieu naturel défilaient devant mes yeux. Une vue de rêve.

L'approche de Mombasa s'est actualisée par l'apparition des palmiers, la montée de la température et la brise provenant de l'Océan. Ainsi, après 600 km de parcours sur les rails, j'étais confondu à la foule accueillante des habitants de Mombasa. Pour me rendre à la plage au sable blanc de l'Hôtel Intercontinental, j'ai pris l'autobus public. Dans ce dernier, tout le monde parlait à tout le monde y compris le chauffeur; on riait, bavardait comme si on était une famille restreinte. J'avais enfin retrouvé la vie sociale africaine.

Des injustices dont on ne parle pas souvent

Marco Dubé

De temps en temps, je passe au kiosque à journaux Black Cat, sur la rue Durham, et j'achète *Le Monde diplomatique*. Tout bon professeur à l'université vous aura sûrement recommandé *Le Monde diplomatique*. Certains vous diront de l'acheter pour améliorer votre vocabulaire, d'autres vous diront qu'il faut vous le procurer pour tâter le pouls de l'actualité à l'échelle planétaire. Quoi qu'il en soit, ce journal est assez particulier parce qu'il dénonce des injustices qui ne sont souvent pas dénoncées dans d'autres médias plus populaires.

En parlant d'injustices, *Le Monde diplomatique* de janvier en dénonçait une belle en première page. Je vous résume rapidement l'article. Mais bien sûr, vous devriez vous procurer ce journal mensuel pour véritablement connaître ce qui se passe sur notre belle terre.

L'article est intitulé «Linceul de silence». Il parle d'un pays africain appelé Guinée équatoriale. Ce qui se passe, c'est qu'en 1979, le général Teodoro Obiang prend le pouvoir. En 1994, Obiang est toujours au pouvoir et, je cite: «Celui-ci considère la Guinée équatoriale comme sa propriété privée.» Il s'approprie les meilleures terres, terrorise le peuple, prélève une dîme sur l'exploitation pétrolière, et j'en passe.

Il est entouré d'une «garde présidentielle de 700 soldats marocains qui sèment l'effroi et hantent les prisons.» Inutile de dire aussi que la torture est aussi monnaie courante dans ce pays.

En novembre 1993, il y a eu des élections en Guinée équatoriale, boycottées par 70% des électeurs, mais gagnées facilement par le dictateur. La raison: les partis d'opposition étaient terrorisés par les «ninjas» que l'on compare aux «tontons macoutes» d'Haïti. Le plus drôle, c'est que ces «ninjas», écoutez bien: «sont formés, entraînés et équipés... par la France.»

L'Afrique, comme tant de pays dans le monde, est à sang et à feu. Pendant ce temps là, les riches pays occidentaux appuient directement les dictateurs qui sont en pouvoir. La raison est fort simple. Ces pays sont pleins de richesses naturelles. Les dictateurs acceptent l'appuie des occidentaux et leur donne en échange une part de leurs profits obtenus par l'exploitation des richesses naturelles. Et pendant ce temps là, nos chaînes nationales d'information ne disent rien. Parce qu'elles sont payées par les gouvernements complices ou encore parce qu'elles appartiennent à des compagnies qui vendent des armes à la tonne à ces dictateurs.

Pourquoi on agit pas plus vite dans le cas de la ex-Yougoslavie? Parce qu'il n'y a pas de pétrole dans ce coin du monde. Les États-Unis n'ont pas mis ce temps à s'impliquer dans le cas de l'invasion du Koweit par l'Irak. Et pourquoi ça dure toujours en ex-Yougoslavie? C'est parce qu'on continue à leur vendre des armes. Que les pays occidentaux arrêtent de leur vendre des armes et ça se règlera très vite.

De ces injustices, il y en a partout. Lisez, informez-vous et arrêtons d'appuyer nos gouvernements qui profitent de la souffrance des plus pauvres sur cette terre. Car si l'on peut dire que nous sommes riches, il y a bien quelqu'un à quelque part qui paie pour que ce soit ainsi.

Qu'est-ce qu'un journal étudiant?

Marco Dubé

Les journaux étudiants s'adressent souvent à un petit nombre de lecteurs et de lectrices. Ils sont souvent trop politisés pour les uns, pas assez pour les autres. Ils publient de l'humour grossier pour certains, alors que pour d'autres, ils ne sont tout simplement pas assez drôles. Quoi qu'il en soit, les journaux étudiants jouent un rôle de premier ordre dans la formation de journalistes, surtout dans les universités où il n'existe pas de programme de journalisme.

L'Orignal déchaîné, le journal des étudiants et étudiantes francophones de l'Université Laurentienne, existe depuis sept ans. Au cours de ces sept années, plusieurs étudiant(e)s sont venu(e)s se former pour ensuite aller décrocher des emplois à Radio-Canada, à *Cl!!k* ou dans d'autres médias de l'Ontario français.

Le journal étudiant est souvent le lieu de rencontre d'étudiant(e)s qui veulent discuter, émettre leurs opinions, mettre en pratique ce qu'ils ou elles apprennent en classe, bref, monter un produit auquel ils ou elles peuvent s'identifier et qui leur permet de sentir qu'ils ou elles appartiennent à un groupe partageant le même idéal.

Le journal étudiant permet aussi aux étudiant(e)s qui y participent de profiter au maximum de la cité universitaire, de l'activité intellectuelle qui y foisonne. En rédigeant des articles sur les activités universitaires, sur les débats qui opposent professeurs et administrateurs, étudiant(e)s et professeurs, etc., les journalistes amateurs vivent une expérience incroyablement formatrice. Et avec de telles expériences, ces étudiant(e)s sont encore mieux équipé(e)s pour se lancer sur le marché du travail que ceux ou celles qui ne connaissent de l'université que les salles de classes.

Jusqu'ici, je n'ai mentionné que les journalistes. Mais sous cette dénomination j'inclus tous ceux qui participent au journal, qu'ils soient publicistes, trésorier, *monteurs, photographes*, expéditeurs. La fréquentation d'un local où règne une complicité, une activité intellectuelle, bref, un sens critique commun de la vie universitaire, permet à toutes ces personnes de vivre pleinement l'expérience universitaire.

En plus de former les jeunes aux différents métiers qui composent le domaine des communications, le journal étudiant joue donc un rôle primordial dans la vie sociale et intellectuelle d'un(e) étudiant(e). Et qui, après avoir vécu l'expérience, n'oserait avouer y retrouver aujourd'hui ses plus beaux souvenirs de l'époque universitaire.

Pour un esprit laurentien

Daniel Lafontaine

Ces derniers temps, tout le monde à la Laurentienne se plaint du manque d'esprit d'école, et ce à commencer par le recteur. En effet, j'ai moi aussi été critiqué à cet égard car dans un de mes articles, j'ai tenu pour acquis que la Laurentienne est parmi les universités qui utilisent un système de frais de scolarité qui est dégueulasse, anachronique et sans raison. Donc, pour faire ma pénitence, voici quelques idées auxquelles j'ai pensé pour développer un esprit dans notre institution.

Numero uno

Quand nous écoutons toutes les lamentations, une des choses que nous entendons le plus souvent, c'est la médiocrité de la nourriture à la cafétéria. Si vous n'avez aucune idée de quoi je parle, allez essayer la lasagne! Donc, ma première idée serait de livrer un dîner chaque semaine dans mes plus beaux habits au recteur de cette merveilleuse université pour montrer aux étudiant(e)s que notre recteur est un de nous autres et pas un !@$%@¢!@¢.

Numero duo

Lors de la dernière rencontre du sénat, notre recteur, Ross Paul, nous a signalé qu'il voulait embaucher un membre du corps professoral pour nous aider dans les affaires étudiantes. Mettons de côté cette question d'avoir besoin d'un "professeur" pour nous aider, une autre idée qui pourrait être meilleure serait d'engager les président(e)s et les ancien(ne)s président(e)s de nos associations. En ce moment, les président(e)s d'associations donnent de leur temps, de leur énergie et de leur talent sans aucune rémunération. Dans les autres universités, les frais de scolarité des président(e)s sont payés et une prime leur est aussi versée. Les vice-président(e)s et les représentant(e)s de chaque discipline ont la moitié de leurs frais de scolarité payés. Si nous utilisions ce système, nous aurions un corps d'une vingtaine de personnes qui travailleraient au bien-être des étudiant(e)s.

Numero tres

Si on veut développer un vrai esprit où tous et toutes sont impliqué(e)s, l'université devrait être juste vis-à-vis tous les étudiant(e)s, incluant les plus démunis. Cette université est fière de son mandat d'accessibilité. Or, je trouve que les actions sont moins nombreuses que les belles paroles. Donc, ma troisième proposition serait d'établir des frais de scolarité plus équitables. Comme vous l'avez appris dans mon dernier article de novembre, les frais de scolarité augmentent de 600$ si on passe de trois cours et demi à quatre cours au lieu de 200$ comme à l'Université Nipissing qui n'utilise pas ce système. Je suppose qu'à Nipissing, ils ont entendu parlé du rapport de Wood Gundy il y a quelques années. Ce rapport démontrait que North Bay, ville typique du nord, avait le plus bas niveau salarial dans notre province. Nous sommes plus pauvres ici dans le nord et nous payons plus. Justice! HUM!!

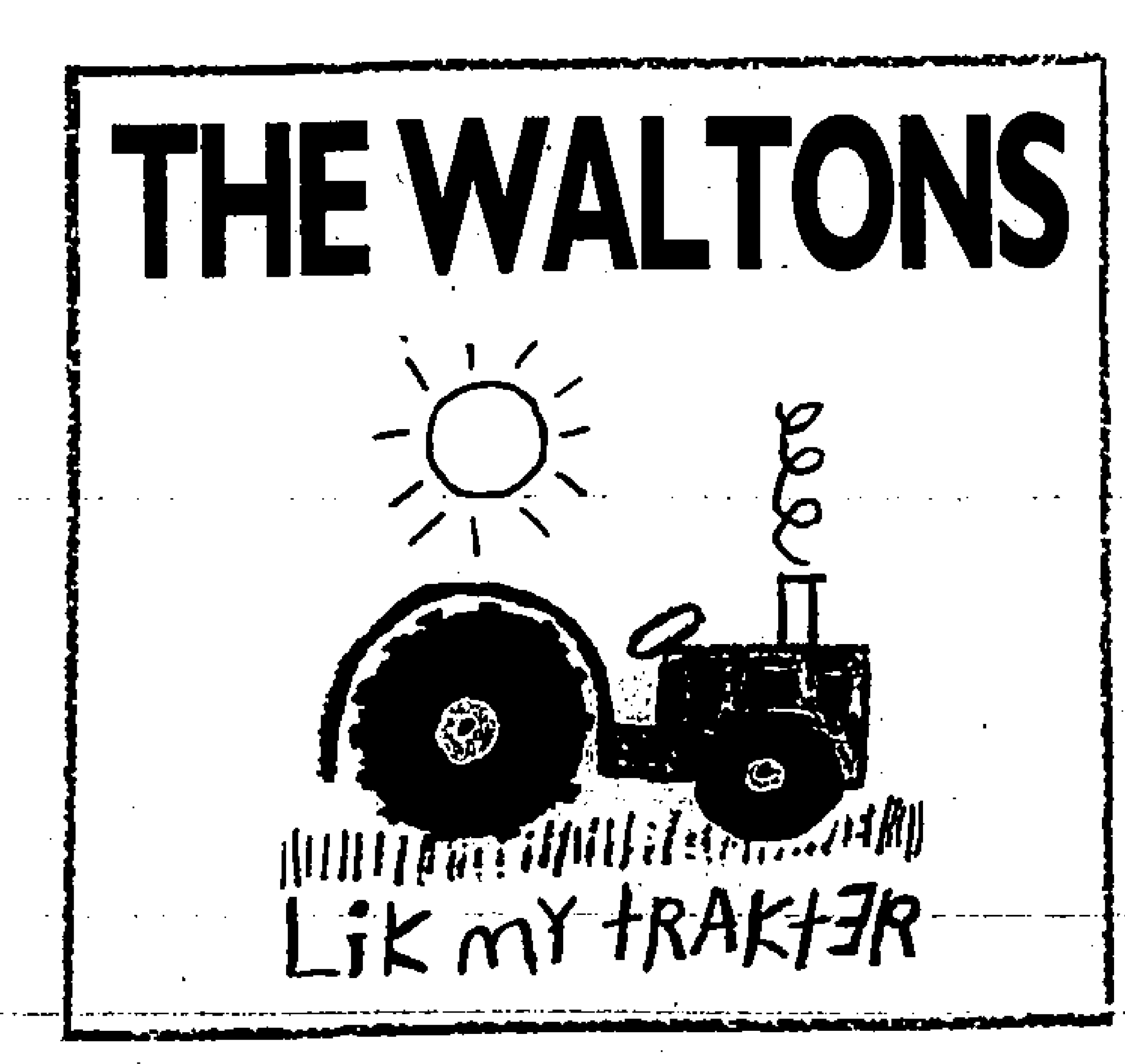
Conclusion

Notre université a beaucoup à offrir. Entre autres, la possibilité de fréquenter des gens de toutes les couches sociales, de toutes les minorités et de toutes allégeances. Ces personnes qui essaient de former une communauté avec toutes les différences imaginables sur la terre est quelque chose de spécial. Afin de réaliser ce projet de rassemblement multiculturel, nous devons nous baser sur la justice. Que ce soit la nourriture qu'on doit manger à l'université ou le développement de services efficaces pour les étudiant(e)s, rien ne peut arriver sans la bonne volonté de chacun.

Un spectacle à écouter sur disque

Julie Treix

Quel concert! Hier soir, le 27 janvier, les Waltons, un groupe anglophone, s'est rendu à l'Université Laurentienne pour monter un spectacle musical. Plus de 500 étudiant(e)s ont profité de cette occasion joviale. Pour ceux qui ne sont pas familiers avec ce groupe, leurs chansons peuvent être comparées au fameux groupe Barenaked Ladies et au groupe renommé The Eagles. Les chansons qui ont causé le plus d'excitement sont: «Older Than You, I could care less et Naked Rain». En plus, les étudiant(e)s pouvaient acheter des cassettes, des chemises et des C.D. qui se vendaient à un maximum de 20 dollars. Alors, si vous avez manqué le concert vous pouvez tout de même écouter leur musique pour vous mettre dans l'esprit!



Le Trappeur du Kabi ou une chasse à l'homme enivrante

Brenda Dubé

Doric Germain, professeur au Collège-Universitaire de Hearst a publié quatre romans: *La Vengeance de l'orignal*, *Poison*, *Le Soleil se lève au Nord* et *Le Trappeur du Kabi*.

Publié en 1981, *Le Trappeur du Kabi* est un roman qui saura intéresser les amateurs de chasse ainsi que les gens du Nord.

Avec ce roman, l'écrivain nous inculque les modes de vie des gens de par chez nous. Il nous fait parcourir les forêts du Nord et nous démontre quelques aspects des relations qui existent entre l'homme blanc et l'Amérindien.

Le roman bien que fictif, se déroule dans la région du Nord de l'Ontario, plus précisément dans le coin de Hearst. Il s'agit de trois amis, c'est à dire trois associés d'une compagnie de contre-plaqué, qui partent pour un séjour de chasse au lac Kabikanagami. Dès le premier jour de leur arrivée, les problèmes débutent. Les chasseurs deviennent bientôt la proie d'un Amérindien révolté. Les hommes traqués devront tenter d'échapper au prédateur déterminé à faire payer la race blanche.

Le Trappeur du Kabi est, un roman rempli d'intrigues qui captivent l'attention des lecteurs et lectrices du début à la fin.

L'Orignal déchaîné

Tous ceux et celles intéressé(e)s aux postes de rédacteur(trice) en chef, doivent soumettre leur candidature au bureau de *l'Orignal déchaîné*. Une réunion d'élection aura lieu d'ici peu. Pour plus d'information, contactez le rédacteur ou la rédactrice en chef, au bureau de *l'Orignal déchaîné*

LE T-SHIRT ORIGNAL : YÉ MEUHGNIFIQUE!!

Vous voulez contribuez à la survie de la race orignale et vous promener en ville dans le plus grand chic?

Des sweatshirts et des T-shirts sont présentement en vente au local du journal, au SCE-304 du Centre étudiant, au prix de 25$ et 15$ respectivement.

Venez vous en procurer un ou téléphonez-nous au (705) 675-4813



Le NPD m'écoeure

Peter Vere

Qu'est-ce que tu penses des nouvelles lois que le Führeur Rae veut passer en Ontario? Ruth Grier et sa Gestapo «Politiquement Correct» veut incriminer les gens qui expriment leurs opinions. Peut-être que c'est son nouveau plan pour monter dans les sondages. Elle pourrait alors poursuivre les 86% de la population qui ne l'aime pas.

Moi, je pense que c'est stupide d'avoir à pénaliser plus strictement pour des crimes qu'on juge basés sur des opinions discriminatoires. Penses-tu que ça me fait une différence que quelqu'un m'attaque parce que je suis francophone ou parce qu'il veut mon argent?

Le gouvernement Rae veut aussi augmenter les frais de scolarité alors qu'il coupe les salaires des professeur(e)s et enseignant(e)s. Les budgets des écoles, collèges et universités seront aussi coupés. C'est probablement un plan secret. S'ils peuvent empêcher les étudiants et étudiantes de s'instruire, ils seront réélus.

Une autre chose qui m'énerve de Bob Rae, c'est son intérêt pour l'environnement. Sa cause, c'est «le réchauffement de la terre». On connaît des températures de moins trois milles degrés partout. Le «réchauffement de la terre», ça n'existe pas.

Dernièrement, avez-vous entendu parler que Bob Rae a écrit une chanson et l'a envoyée à Sony? J'ai eu la chance de l'entendre sur Much Music. Moi, je pense que même à 14% dans les sondages, il fait un meilleur premier ministre que musicien. S'il veut vraiment monter dans les sondages et se faire aimer, il devrait démissionner.

Sa beauté céleste.

Je te vois respirer.

On croirait un nounours
Qui a perdu son nez
Puisqu'on l'a arraché.
Mais ce nounours
Garde jalousement
Ses secrets nocturnes.

Je te vois respirer.

On croirait un rêve
Qu'on raconte en clichés
Puisqu'on y croit vraiment plus.
Mais on espère toujours
Qu'il se réalisera
Un jour.

Moi j'espère.

A chaque fois que
Je te vois respirer.

Bruno Gaudette

Passion:

Le Hockey

La seule limite est la bande qui entoure la patinoire,
Pour les joueurs c'est le lieu de rencontre ultime,
Pour les batailles, les escarmouches et les entassements,
Parfois faibles, parfois mortelles.

Le but du joueur n'est pas de compter des buts,
Mais plutôt de faire preuve d'exellence personnelle.
L'effort n'est jamais assez et seul dans leur comportement
Pouvons-nous voir leurs succès et leurs échecs.

Pour le gardien de buts, la rondelle est le pire ennemi;
Il fera tout pour qu'elle ne traverse pas la ligne des buts.
Même les joueurs, flanqués devant lui, brimant sa vision,
ne sont pas assez pour l'empêcher de faire son travail.

Dans l'arène, tout ce que l'on peut entendre c'est le cri des spectateurs
Qui motive le joueur et le gardien de buts. Car sur la patinoire,
L'inévitable est évitable, tout est possible,
Seul leurs besoins déterminera le pointage final.

Jamais un joueur n'entendra les cris de la foule.
C'est le cri interne de son coeur qu'il entend.

Perry Rousselle

Journée clown sur campus!!!

le mercredi 2 mars 1994



Donnons-nous, sur le campus de la Laurentienne, de vivre une journée positive, idéale ou tout le monde est beau! Tout le monde est fin! Ensemble on se donne le mot pour être plus aimable, gentil, poli, respectueux les uns envers les autres... Chacun s'habille avec «couleur», en ajoutant une cravate voyante, une coiffure bizarre, un foulard de couleur vive, et même une touche de «clownerie» dans la figure. À votre sourire vous pourrez ajouter le dessin d'une étoile, un coeur sur la joue, idée de se rappeler les uns aux autres que nous vivons une journée idéale, une utopie!

Si vous voulez revêtir plus complètement le costume de clown et que vous avez besoin d'aide avec le maquillage, présentez-vous dans la salle du vestiaire près de la cafétéria du grand salon entre 8h00 et 9h30, le mercredi 2 mars 1994.

Le service de pastorale: de quoi s'agit-il?

Nous sommes un groupe de professeurs, d'étudiant(e)s qui partagent une vision et un but commun. Nous acceptons tous ceux et celles, peu importe leur religion, qui veulent partager notre vision.

Notre but est de former un groupe d'étudiant(e)s qui veulent partager leur foi avec les autres. Nous sommes toujours prêt à discuter de la spiritualité ou à écouter les personnes d'autres religions. Nous écoutons et encourageons également les personnes qui subissent des difficultés sur le campus. Nous croyons fermement que la prière et le service communautaire enrichissent la vie des étudiant(e)s.

Donc, si le service de pastorale t'intéresse, tu peux venir nous parler au salon des clubs. Nous nous'intéressons toujours à vos idées, à vos difficultés et à vos expériences en tant qu'étudiant(e)s.

Peter Vere

Plume libre

Une arrivée difficile dans le monde

L'Être humain naît toujours. Bien malgré lui.

Après un long séjour confortablement passé chez maman, le voilà poussé au beau milieu de l'inconnu, sans même qu'on lui ait demandé son avis. La plupart du temps, c'est un bébé tout rouge et tout fripé, que l'on voit arriver, hurlant son mécontentement dès la première gorgée d'air. Pas étonnant, avec un froid pareil! Mais, bien vite, on le couvre de vêtements et de caresses. Il est rassuré. Il s'apaise. Il a déjà oublié son premier cri de désespoir, ce premier contact avec la vie.

S'annonce alors pour lui, une longue série d'apprentissages, tous aussi importants, voire vitaux, les uns que les autres. Il découvrira les grands bonheurs et les petites peines. Il se sentira aimé, son entourage le sécurisera. Avec son sourire, il séduira plus d'une fois pour arriver à ses fins. L'éveil de tous ses sens se fera à une allure folle et son besoin de communiquer n'ira qu'en grandissant. Il portera un regard neuf, un regard amoureux sur ce monde de couleurs et de mouvements qui l'entoure. Sa curiosité sera telle qu'il s'énervera de ne pas atteindre tout ce qu'il aimerait toucher, qu'il goûtera en fin connaisseur tout ce qui lui tombera sous la main, qu'il s'impatientera de ramper tandis qu'il voit les gens autour de lui marcher et qu'il se fâchera de ne pouvoir que babiller alors qu'il aurait des dizaines d'histoires à raconter!

C'est ce qui le frustrera le plus: ne pas pouvoir s'exprimer aussi bien que les autres. De ne pas pouvoir dérouler sa langue comme on déroule le «tapis rouge»: majestueusement. Il imitera les sons. Les voix. Il imitera laborieusement mais bien. Très tôt, il connaîtra les siens par les mots. Les sons incontrôlés et les cris d'impuissance qui occupaient son langage feront désormais partie des souvenirs. Il pourra s'associer à ses propres jeux. S'identifier à sa famille. À ses voisins. À son environnement. À son peuple. Il n'y aura plus de frontière entre sa pensée et sa parole. Il prendra possession de ce don de la nature pour se créer lui-même, pour créer son histoire. Cette langue, il la fera sienne, sans hésitation. Elle sera sa langue maternelle. Il s'en empreindra tout le coeur et la tête pour qu'elle demeure vivante tout au fond de sa mémoire. Il s'en nourrira quotidiennement.

Ce ne sont pas que des mots qui sortiront de sa bouche mais toute une manière de vivre! Un souffle de fierté gonflera ses poumons lorsqu'il transmettra ses idées. Évidemment, il aura une opinion sur tout. Il s'apercevra que les émotions seules ne suffisent pas; qu'il faut des mots qui ont des racines enfouies dans plusieurs centaines de générations pour les identifier, pour s'assurer leur survivance. Il comprendra que la langue n'a pas d'avenir si on ne prend pas la peine d'expliquer son passé. Il devra protéger cette langue comme un trésor irremplaçable. Il devinera en lui-même, un immense besoin de liberté. Et il l'atteindra par sa langue remplie de souvenirs et de sensations. Libre, lui aussi. Libre par la langue de son berceau.

Nancy Boulianne

Avez-vous rencontré l'amour de votre vie?

Bonjour chers amoureux, chères amoureuses et bienvenue à une édition d'*Amour et Casse-tête*. C'est la chronique qui parle de sentiments internes, plus profonds que la normale.

Cette édition parlera du modèle parfait! Qui est le gars ou la fille de tes rêves? L'as-tu déjà rencontré(e), vu(e), touché(e) où même senti(e)? As-tu figé sur place, as-tu crié?

Hier, je regardais le film intitulé *Sister Act*, et il faut dire que j'ai vu le modèle de ma vie. Il s'agit d'une femme mince, petite, timide et qui a les cheveux roux. Il s'agit de celle qui chante à la perfection et qui est aussi belle qu'une rose. Je ne suis pas tombé en amour avec cette soeur (faudrait être con) mais j'ai reçu l'image,... l'image parfaite de celle que je recherche.

Avez-vous déjà vécu une telle expérience? Savoir où vous allez et ce que vous recherchez? Oui, c'est le bonheur. Quand votre coeur dit oui et que votre cervelle dit oui, il faut vous dire que c'est ce dont vous avez besoin pour obtenir le bonheur.

Après l'avoir regardée pour la dernière fois (je l'ai regardée sept fois en quatre jours), il faut dire que mon coeur battait sans cesse, des larmes coulaient sur mon visage et mon estomac se serrait. J'étais heureux. Je vivais la vie ouvertement et non à sens unique.

Je me dis que jamais son image, son visage ne quitteront ma pensée. À chaque fois que je pense à cette image, je rêve constamment du moment où je lui parle, où je lui prends la main tendrement et où je lui dis «je t'aime». Mais cette inspiration, cette image parfaite du bonheur va être comme tout autre. Invisible et oubliée. Pourtant, ce n'est pas l'âme qui ne veut pas me quitter, mais plutôt la pensée parce que j'ai trop de mal à comprendre pourquoi la perfection est intouchable.

Encore aujourd'hui mon coeur bat, mon estomac se serre et des larmes coulent. J'ai vu la fille de mes rêves, de ma vie. Mais jamais cette image ne sera réelle. Du moins c'est ce que ma tête me dit pour que je n'éclate pas.

Enfin, il faut dire que maintenant, je me contente de dire «qu'un jour je la reverrai». Mais quand? Où? Comment? Femme mystérieuse, femme de tendresse et d'amitié, j'ai envie de toi!

Chers lecteurs et chères lectrices, si vous rencontrez la personne ou le modèle du Bonheur de votre vie, que ce soit le soleil qui se couche ou la lune qui s'éclipse photographier-le dans votre mémoire et gardez-le en tête parce que toute bonne chose a une fin.

Adieu

Charles Henri III

Les 12 et 13 février soyez à l'ecoute de

CHYC 90

pour le weekend amoureux.

Vos coeurs d'amants seront réchauffés par les plus belles chansons d'amour.

TOP 10 - RADIO FRANCOPHONE

1. Inventer la terre	Marie-Denise Pelletier
2. L'amour est loi	Martine St-Clair et Gino Vannelli
3. Encore et encore	Laurence Jalbert
4. Jamais trop de tendresse	Marie Philippe
5. Pense à moi	Francine Raymond
6. La maîtresse de tes rêves	Nancy Martinez
7. Solitaire	France D'Amour
8. Immensément	Robert Charlebois
9. Chanson pour durer toujours	Richard Séguin
10. Foule sentimentale	Alain Souchon

compilation - Josée Perreault

Le Club de French
présente

Une soirée littéraire

Les professeurs P. Sabourin et R. Dickson vous présenteront des extraits de leurs oeuvres poétiques le 3 février 1994, à 20h00, à la salle du Sénat.

Les étudiantes et étudiants sont invité(e)s à participer activement à cette soirée. Venez lire vos poèmes composés en français, ou d'autres oeuvres qui vous inspirent. Si vous êtes intéressé(e)s, veuillez contactez Chris au 560-3246 ou Vanessa au 866-2262 ou 675-1151 poste 4315.

Du fromage et des boissons seront servis après la présentation. Gratuit pour les membres et 3.00$ pour non-membres.

Le commentaire de Ti-Gilles

Bonjour ma gang de sap! Moé c'est T-Gilles pis j'suis fâché!

Y en a des épais dans la vie, hein? Aujourd'hui j'me promenais sur le trottoir pis savez-vous ce que j'ai vu? Deux petits enfants en train de s'embrasser. C'était dégueulasse en sibonac! Ça fait que j'ai pris le p'tit gars par le col pis j'lui ai dit «Enlève tes pattes de ma femme mon crisse!»

Maudit laitier qui nous emmène toujours la même chose. Des becs pis du lait avec ça! Le gars y'a sacré son camp dehors pis y faisait mieux sinon j'lui cassait toutes les dents pis j'les replaçais dans son front!

Ça c'est pas pire à comparer à ce qui s'est passé au bar hier. Connaissez-vous ça «Ralph's»? Ben c'est un bar de pool pis de danse. Moé, j'ai été avec mon amie Jamie pis on a bu comme on faisait quand on avait douze ans... comme des trous.

Ça fait qu'on buvait pis tout d'un coup y'a un gars qui vient à notre table pis y nous demande pour s'asseoir avec nous autres. C'était correct. Mais le petit Calvin y'a commencé à parler de sa vie pis après que j'ai fini de boire ma bière, y avait plus de vie. Jamie lui a donné un coup de téléphone... sur la tête, crisse! Là j'étais content en sibonouche.

C'était la première fois que j'étais heureux pis c'est de valeur que ça dure pas plus longtemps que ça. J'avais plus de femmes, plus d'enfants et plus de bills à payer. Oui, les crisses de bills qui arrivent dans la «boîte à malle», dans une enveloppe brune avec le logo dans le coin.

Au moins, y mettent le logo dans le coin pour que tu saches laquelle déchirer pis jeter à la poubelle. (Moé je jette les bills, vous autres?)

Et ben faut dire que là j'me sens ben parce que j'ai la paix. Oui, la paix qu'on n'a jamais quand on est en famille ou à l'entour des personnes qui nous choquent en ...(J'dis plus baptême parce que le curé va m'excommunier!) Ça fait que j'va commencer à dire.. en tabarn. en cri... en sibonac!

Ben là j'suis ben ça fait qu j'va vous laisser tranquille pis j'va vous écrire plus tard (j'ai appris à écrire!) Chow! (C'est italien ça pis moé j'pensait que c'était chinois!)

Ti-Gilles Barouetteux

Le Parti réformiste

Peter Vere

Dernièrement, j'entends beaucoup parler du Parti réformiste. Ce qui me dérange, ce sont tous les mensonges qu'on entend à propos de ce parti politique. Je veux donc corriger certaines erreurs afin d'informer tous les lecteurs et lectrices de *l'Orignal déchaîné*.

Premièrement, le Parti réformiste n'est pas raciste. C'est une accusation sans fondement. La vérité, c'est que le Parti réformiste déteste tout le monde de façon égale.

Deuxièmement, le Parti réformiste ne veut absolument pas que les Québécois et les autres francophones se séparent du Canada. Si les Québécois et les autres francophones se séparaient, les Réformistes ne pourraient plus les assimiler.

Un autre mensonge à propos du Parti réformiste, c'est que Preston Manning ressemble à Adolphe Hitler. Ça, c'est vraiment ridicule. Il y a eu que quelques néo-nazis qui voulaient s'impliquer dans le Parti réformiste. Et de ce que je sais, M. Hitler et sa famille ne s'impliqueraient jamais dans le Parti réformiste.

J'ai aussi entendu dire que les Réformistes veulent offrir que des services aux anglophones. La vérité, c'est que les Réformistes ne veulent pas offrir de services du tout. Mais, comme ils doivent offrir certains services, ces services seront aussi offerts aux francophones qui peuvent comprendre l'anglais.

Le Canada de M. Manning compte plus que les provinces de l'ouest. En fait, il est formé aussi de l'Ontario, des Maritimes, des États-Unis et même des Territoires.

Enfin, il n'est pas vrai que le Parti réformiste veut expulser tous les immigrant(e)s. Les immigrant(e)s arrivés avant 1935 ainsi que leur famille peuvent rester au Canada. Aussi, il croit que le Canada devrait être prêt à accepter l'immigration des Américains blancs et protestants.

Merci pour m'avoir donné la chance de dénoncer certains mensonges qui courent au sujet du Parti réformiste.

Service de santé

Il y aura une exposition pour promouvoir la santé du coeur. On y parlera de la saine alimentation, de l'exercice et de la cessation de l'usage du tabac, dans le but de réduire les risques de maladies cardiovasculaires. Cette exposition est parrainée par le Service de santé. Tous et toutes sont encouragé(e)s à venir s'informer pendant la semaine du **14 février au 18 février** à divers endroits sur le campus entre **10h et 15h**.

14 février - Pavillon Alphonse Raymond
15 février - le Grand salon
16 février - Science Cafeteria
18 février - Centre B.F. Avery

....

Monitoring de tension artérielle

Évaluation de mode de vie

Tirage

Les expert(e)s à l'Orignal déchaîné vous offrent des suggestions pour que votre Saint-Valentin soit palpitante.

Préliminaires:

- Rendez vous à une boutique de lingerie (Adam's Apple ou Foxy Imports). Pour elle nous proposons un déshabillé en phentex crocheté, préférablement de couleur foncé pour masquer les bourrelets de Noël. Pour lui, un «g-string» en cuir de vachette (simili cuir de bonne qualité) et une jolie camisole rouge en filet.

- 4 livres de saindoux, du fromage cottage, des raisins secs, des sardines dans l'huile, 5 boîtes de Spam, une sauce piquante, un gâteau McCain au chocolat, du beurre d'arachides et des biscuits soda seront nécessaires pour votre soirée de rêves.

- Préparation du site où se tiendront les ébats amoureux: cachez vos sous-vêtements crottés sous le lit, sortez votre boule-disco du garde-robe et installez-la à la porte d'entrée, la peau d'ours synthétique ira à côté de la chauffrette si vous n'avez pas de foyer, empruntez les lampions de votre paroisse, assurez-vous d'être bien stocker en films Kodak et en condoms.

- Allumez les lampions, arosez votre chambre avec du Old Spice pour lui, ou du Chanel #5 à 4.99$ chez Bargain Harold's pour elle, branchez votre boule-disco et votre lit-vibrant pour bien les réchauffer, enfiler vos petits dessous, sortez la bouteille de LOEB Cola du réfrigérateur, mélanger tous les ingrédients (sauf le gâteau McCain bien sûr) et les mettre au mico-ondes pour 2 1/2 minutes.

À ce moment-ci, vos instincts animaux prennent le dessus et nous vous laissons seul(e) avec votre invité(e).

Bonne Saint-Valentin!!

Qu'ossé-tu penses?

En raison de la tempête de vendredi dernier, nous avons décider de faire 3 Qu'ossé tu-penses? avec seulement deux personnes, Marc Larivière et Kim Bédard. Les deux seules âmes présentes dans cette université, un vendredi soir à 17h30.

Question #1
Qu'est-ce que vous faites encore à l'école?



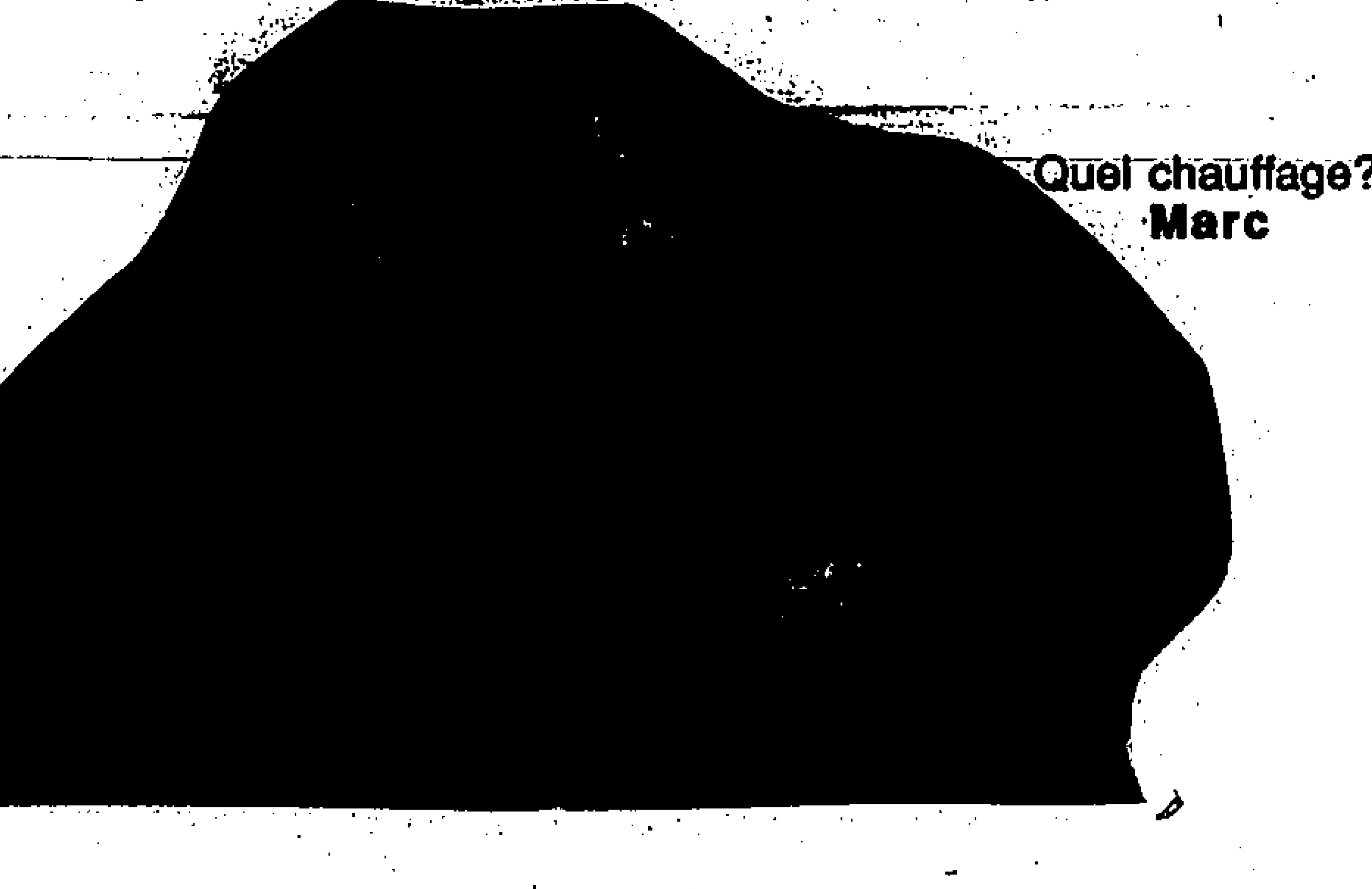
J'attends que mon soupirant revienne en ville.
Kim



J'attends que quelqu'un me demande ce que je fais ici.
Marc

Question #2
Qu'est-ce que tu penses du chauffage à l'Entre-Deux?

Y'a pas grand chauffage sans mon soupirant...
Kim



Quel chauffage?
Marc

Question #3
À quoi penses-tu?

Ben, à mon soupirant. Pis pas de détails parce que c'est pas une publication porno que vous faites.
Kim



Je penses aux bébittes à grande langue.
Marc